



# Chrupiące kęski brokułowe

🕒 25–35 Min   

## Przygotowanie

- 1 Rozgrzej piekarnik do 220 C. Blaszkę wyłóż papierem do pieczenia. Zagotuj w garnku osoloną wodę. Brokuły podziel na większe różyczki i umyj.
- 2 Do wrzącej wody dodaj brokuły i gotuj 1-2 minuty. Odcedź i przenieś na blachę do pieczenia.
- 3 Za pomocą szklanki lub tłuczka do ziemniaków roznieć każdy kawałek brokułów. Połącz pozostałe składniki w misce. Przygotowaną marynatę posmaruj pogniecione brokuły z obu stron.
- 4 Formę wstaw do nagrzanego piekarnika i piecz 15 minut. Wyjmij, obróć i kontynuuj pieczenie przez kolejne 10 minut lub do momentu, aż brokuły będą chrupiące na zewnątrz. Wyjmij na talerz i podawaj z wybranym sosem.

## Składniki - Ilość osób: 4

♦ = Kotányi Produkty

1 szt	Brokuł, około 500g
1 łyżeczka	♦ Czosnek granulowany
1 łyżeczka	♦ Kurkuma mielona
0.25 łyżeczki	♦ Pieprz Cayenne mielony
0.5 łyżeczki	Sól
2 łyżki	Oliwa z oliwek
1 łyżeczka	Ocet

**WSKAZÓWKA:** Kęski możesz posypać tartym parmezanem.

